

## 血管と口元をケアして、老け見え撃退！ 「ハルメク」2・3月号絶賛発売中

株式会社ハルメク（本社：東京都新宿区、代表取締役社長：宮澤孝夫）が発行するシニア女性誌 No.1※の「ハルメク」（旧「いきいき」）は、50代からの女性のエイジングケアを応援しています。

2月号では、読者の血管年齢を若返らせる短期集中連載「血管美人プロジェクト」の総集編を掲載。3つのプログラムで血管年齢が若返り、平均マイナス14歳となりました！また3月号では、老け顔の元凶“ほうれい線”やたるみを撃退するための、口元からのエイジングケアを大特集。今話題の「リガメントほぐし」を読者が2週間体験したところ、その違いは一目瞭然！ぜひ貴媒体・貴番組でのご紹介をご検討ください。

### ■ 平均マイナス14歳！血管年齢が若返って、体重や肌の悩みも解決

「女性の見た目の若々しさも健康も、カギは血管年齢が握っている！」という考えのもと、ハルメクは血管医療の専門医・池谷敏郎医師と読者の血管年齢を改善する「血管美人プロジェクト」を立ち上げました。「ストレス・睡眠改善」「食事」「運動」の3つのプログラムを8週間ずつ実施し、のべ13人が参加したところ、最終的には血管年齢が平均でマイナス14歳という結果に！それだけでなく、「体重が減った」「シミが薄くなった」「肩こりが解消した」など、うれしい報告も続々届きました。

### ■ 1日2分！話題の「リガメントほぐし」で、ほうれい線が薄く

50代以上の女性なら誰しも気になってくる顔のたるみ……。3月号の大特集では、見た目年齢を大きく左右する口元のエイジングケアをご紹介します。

中でも注目は、昨年テレビ番組で紹介され大きな話題となった「リガメントほぐし」。考案者の美容皮膚科医・劉輝美さんによると、頬骨の下に並ぶリガメント（靭帯）が加齢などで弾力を失って硬くなると、皮膚などを引き上げる力が弱まり、肌のたるみにつながるそう。そこで、1日2分、頬骨のリガメントを親指で押し上げるだけの「リガメントほぐし」。読者が2週間挑戦した結果、頬が上がってほうれい線が薄くなりました！

#### 媒体概要

発行部数 17万部の月刊定期購読誌。  
1996年に50代からの生きかた暮らしかた応援雑誌「いきいき」として創刊。20周年を迎えた昨年・2016年5月号から、誌名を「ハルメク」にリニューアル。  
105歳の医師・日野原重明さん、きくち体操創始者・菊池和子さんなどの看板連載陣はそのままに、美術家・篠田桃紅さん、評論家・斎藤美奈子さん、漫画家・榎村さとるさんらによる新連載をスタート。インタビュー、料理・片づけなどの暮らしの情報、健康・医療、社会・世界の動きまでアンテナを広げ、シニア女性のワクワクに応える情報を発信中。



<このリリースに関するお問い合わせ先>  
株式会社ハルメク 広報担当 今成

【TEL】 03-3261-1321 【FAX】 03-3261-1377 【E-mail】 [k-imanari@halmek.co.jp](mailto:k-imanari@halmek.co.jp)

【所在地】 〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 2-2 共同ビル神保町 6階

【公式サイト】 [www.halmek.co.jp/](http://www.halmek.co.jp/)